জিহাদের জন্য ট্রেনিং বা প্রস্তুতি (পর্ব ১-১৩)একসাথে

(পর্ব ১)

কেননা আল্লাহ তায়ালা বলেনঃ

وَأَعِدُّوا لَهُم مَّا اسْتَطَعْتُم مِّن قُوَّةٍ وَمِن رِّبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ وَآخَرِينَ مِن دُونِهِمْ لَا تَعْلَمُونَهُمُ اللَّهُ يَعْلَمُهُمْ

আর প্রস্তুত কর
তাদের সাথে যুদ্ধের জন্য
যাই কিছু সংগ্রহ করতে পার
নিজের শক্তি সামর্থ্যের মধ্যে থেকে এবং
পালিত ঘোড়া থেকে
যেন প্রভাব পড়ে
আল্লাহর শুক্রদের উপর এবং তোমাদের শত্রুদের উপর
আর
তাদেরকে ছাড়া অন্যান্যদের উপর ও যাদেরকে তোমরা জান না
আল্লাহ তাদেরকে চেনেন।
[সূরা আল-আনফালঃ৬০]

তাই নিজেদের সাধ্য অনুযায়ী জিহাদের জন্য প্রস্তুতি নিতে থাকুন।

★প্রতিদিন বুকডাউন★

বুকডাউন আমাদের পরিচিত এক ব্যায়াম
যা আমাদের শরিরকে ফিট রাখতে অতি
গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে।
অল্প কয়েকটা বুকডাউন দিয়ে প্রথম দিনটি
শুরু করুন।

কারণ আপনি হয়ত
প্রথম দিন ১০-১২ টার বেশি
দিতে পারবেন না
কিন্তু তাই বলে হতাশ হবেন না,
নিয়মিত যদি প্রতিদিন চালিয়ে যেতে পারেন,
তবে ১ মাসের মাথায় একটানা ৩০-৫০ টি
বুকডাউন দেয়া অসম্ভব কিছু হবেনা।
তবে মনে রাখবেন, এটা হতে হবে প্রতিদিন এবং
একটানা যে কয়টা পারেন।
প্রয়োজনে প্রতিদিন মাত্র ১টা করে বাড়ান।
যদি একমাত্র আল্লাহ-তায়ালার সন্তুষ্টির লক্ষ্যে জিহাদের উদ্দেশ্যে
এই ট্রেনিং করতে থাকেন,
ইনশাআল্লাহ আপনি এমন নেকি কামাই করতে থাকবেন
যা অন্যদের নেকি থেকে ভিন্ন এবং অনেক বেশি ফজিলত পূর্ণ!
আর এতে করে আপনি নিজের প্রতি এমন এক আত্মবিশ্বাস ফিরে পাবেন যা
জিহাদের ময়দানের জন্য খুবই গুরুত্বপূর্ণ।

জিহাদের জন্য ট্রেনিং বা প্রস্তুতি
(পর্ব ২)

★★উভয় পা প্রাসারিত করে মাটির সাথে মিলানো★★

সোজা হয়ে দাড়ান,এবার আপনার ২পা ২দিকে
আস্তে আস্তে প্রসারিত করতে থাকুন।
কাজটি করতে হবে খুবই ধিরে ধিরে,
তাড়াহুড়া করা যাবেনা।
প্রতিদিন আপনার পা কে ২দিকে প্রসারিত করার

পরিমান বাড়াতে হবে।
১ম দিন পা যেই পরিমান প্রসারিত করতে পারেন,
এরপর দিন থেকে চেষ্টা করতে হবে অন্তত প্রতিদিন
কমপক্ষে আধা ইঞ্চি করে বাড়ানোর।
এভাবে যদি চেষ্টা করেন তবে ১ মাসের মধ্যেই
আপনি আপনার মূল উদ্দেশ্য, অর্থাৎ ২ পা ২দিকে
প্রসারিত করতে করতে আপনার "পাছা" নিচের
প্লোর বা মাটির সাথে মিশে যাবে।
আর এটি যদি আপনি করতে পারেন তবে
দুশমনকে পা দি ঝড়ের বেগে আঘাত করার
এবং জিহাদের সময় বিভিন্ন দেয়াল বেয়ে উপরে উঠা
বা দেয়াল অতিক্রম করা আপনার জন্য অনেক সহজ হয়ে যাবে।
আর বুকডাউনের মাধ্যমে আপনার ২টি হাতকে
শক্তিশালী করার কারনে হাতের উপর ভর দিয়ে
জিহাদের ময়দানের করতে হয়
এমন অনেক কাজ আপনার জন্য
সহজ হয়ে যাবে ইনশা-আল্লাহ।
যদি একমাত্র আল্লাহ-তায়ালার সন্তুষ্টির লক্ষ্যে জিহাদের উদ্দেশ্যে
এই ট্রেনিং করতে থাকেন, ইনশাআল্লাহ আপনি
এমন নেকি কামাই করতে থাকবেন যা অন্যদের নেকি থেকে ভিন্ন!
এবং নিজের প্রতি আত্মবিশ্বাস ফিরে পাবেন যা
জিহাদের ময়দানের জন্য খুবই গুরুত্বপূর্ণ।

জিহাদের জন্য ট্রেনিং বা প্রস্তুতি
(পর্ব ৩)

★★★উভয় পায়ের হাঁটুর সাথে কপাল মিলানো ★★★

মাটিতে, বা ফ্লোরে বসুন।
এবার সামনের দিকে উভয় পা প্রসারিত করুন,
এক্ষেত্রে খেয়াল রাখতে হবে পা প্রসারিত করার পর যেন
এক পা অপর পায়ের সাথে লেগে থাকে।
এবার আপনার কপালকে আপনার ২পায়ের হাঁটুর সাথে
মিলানোর জন্য আস্তে আস্তে নিচের দিকে নামাতে থাকুন,
প্রথম প্রথম মনে হবে আপনার পক্ষে এটা সম্ভব নয়!
কিন্তু আন্তরিক ভাবে যদি চেষ্টা করেন তবে,
মাত্র ১ সাপ্তাহের মধ্যেই আপনি এই যোগ্যতা
অর্জন করতে পারবেন।
যদি একমাত্র আল্লাহ-তায়ালার সন্তুষ্টির লক্ষ্যে জিহাদের উদ্দেশ্যে
এই ট্রেনিং করতে থাকেন, ইনশাআল্লাহ আপনি
এমন নেকি কামাই করতে থাকবেন যা অন্যদের নেকি থেকে ভিন্ন!
এবং নিজের প্রতি আত্মবিশ্বাস ফিরে পাবেন যা
জিহাদের ময়দানের জন্য খুবই গুরুত্বপূর্ণ।

জিহাদের জন্য ট্রেনিং বা প্রস্তুতি (পর্ব ৪)

★★★হাই জাম্প---উচ্চ লাফ★★★

যেভাবে আরম্ভ করবেনঃ
আপনার সুবিধা মত ২ টি বাঁস, লাঠি,
বা এ জাতিয় কোন কিছু বা পাশাপাশি অবস্থিত গাছ ও হতে পারে,
যার উচ্চতা হবে কমপক্ষে ৬ ফুট আর পাশাপাশি ও
হতে হবে কমপক্ষে ৬ ফুট, যেন লাফ দেয়ার সময় ব্যালেন্স হারালেও
খুটির সাথে ধাক্কা না খান।
এবার আপনার ডান ও বাম পাশের খুটির মধ্যে
প্রথমে ৩ ফুট উঁচু করে ১টি রশি বা মোটা সুতা টান টান করে বাধুন,
যেন রশিটির মাঝখানে ঝুলে না থাকে।
এবার রশি বা খুটি থাকে ২০-২৫ ফুট পিছিয়ে আসুন,
রশিটি লক্ষ্য করে দ্রুত বেগে দৌড়ে আসুন
এবং আপনার সুবিধামত স্থান থেকে লাফ দিয়ে
রশিটি অতিক্রম করে ফেলুন।
মনে রাখবেন, প্রথম দিন কয়েকবার লাফ দিয়ে
টেপ দিয়ে মেপে রখবেন হাইস্ট কত ফুট কত ইঞ্চি
উপর দিয়ে আপনি লাফ দিতে পারলেন।
এরপর দিন থেকে আপনার সামর্থ্য অনুযায়ী
প্রতিদিন রশিটা একটু একটু করে উপরে উঠিয়ে
লাফ দেয়ার ট্রেনিং নিতে থাকুন,
যা হতে পারে প্রতিদিন আধা ইঞ্চি বা ১ ইঞ্চি করে।
নিচের মাটি যেন খুব শক্ত না হয় সেদিকে
খেয়াল রাখতে হবে।
মাটি শক্ত হলে নিচে যেখানে লাফ দিয়ে পড়বেন
সে জায়গাটা ৫-৬ ইঞ্চি পুরো করে বালি দিয়ে দিতে পারলে
সবচেয়ে ভাল হয়।

বন্ধুরা এই ট্রেনংগুলি হয়ত কারো কারো কাছে
অপ্রয়োজনীয় বা সাধারন মনে হতে পারে।

কিন্তু এর প্রয়োজনীয়তা ময়দানে বুঝতে পারবেন ইনশাআল্লাহ।

তাই কোন ট্রেনং কেই ছোট মনে করবেননা।

যদি একমাত্র আল্লাহ-তায়ালার সন্তুষ্টির লক্ষ্যে জিহাদের উদ্দেশ্যে
এই ট্রেনিং করতে থাকেন, ইনশাআল্লাহ আপনি
এমন নেকি কামাই করতে থাকবেন যা অন্যদের নেকি থেকে ভিন্ন!
এবং নিজের প্রতি আত্মবিশ্বাস ফিরে পাবেন যা
জিহাদের ময়দানের জন্য খুবই গুরুত্বপূর্ণ।

জিহাদের জন্য ট্রেনিং বা প্রস্তুতি (পর্ব ৫)

★★যেভাবে আপনার হাত ও পা কে মজবুত ও শক্তিশালী করবেন★★

বাড়ীতেই একটি পাঞ্চিং ব্যাগ বানান।

বানানো খুব সহজ।

পুরাতন একটি জিন্সের প্যান্ট সংগ্রহ করুন
নতুন হলে আরো ভাল,অনেক দিন প্রাকটিস
করতে পারবেন।
জিনসের প্যান্ট কোমরের অংশটুকু* বাদ দিয়ে কেটে ফেলুন,
এবার একটির পা আরেকটির পায়ের মধ্যে ঢুকান।

দুটো একসাথে করলে ব্যাগটা প্রচুর শক্ত হবে।

এবার ভিতর দিকে একটা দড়ি দিয়ে গিঠ বেঁধে ফেলুন।

এ'জন্য ব্যাগটাকে উল্টে নিবেন।

ভেতরে গিট্টু লাগানোর পর উপরের কিছু অংশ বাকি রেখে
পরিষ্কার শুকনো বালি দিয়ে ভর্তি করুন,

এবার একটা শক্ত দড়ি দিয়ে ঝুলিয়ে দিন।

একটু ফাঁকা জায়গা ঝুলাবেন।

এখন ব্যাগটিকে প্রথমে আস্তে আস্তে ঘুসি মারতে থাকুন
পরে,
দিন দিন আগের চেয়েও জোরে জোরে ঘুসি মারতে থাকুন
নিয়মিত ট্রেনিং করতে পারলে
মাত্র এক থেকে দেড় মাসের মধ্যেই আপনি
শরীরের সমস্ত শক্তি দিয়ে বালির ব্যাগটিকে আঘাত করতে পারবেন।
আর যখন আপনি এই ক্ষমতা অর্জন করতে পারবেন
তখন আপনার একটা প্রচন্ড ঘুসির আঘাতেই
দুশমনের যে কোন অঙ্গ ভেঙ্গেচুরে যেতে পারে!
এমনকি এই একটি মাত্র আঘাত যদি দুশমনের শরীরের
সেন্সেটিভ জায়গায় দিতে পারেন তবে তা তার
মৃত্যুর জন্য যথেষ্ট হতে পারে।
এই পাঞ্চিং ব্যগ দিয়ে আপনি লাথিও
প্রাকটিস করবেন,
এবং আপনার পাকে প্রচন্ড শক্তিশালী
করে তুলুন।
খুব গুরুত্বপূর্ণ একটি কথা মনে রাখবেন,
দুশমনকে আঘাত করার ক্ষেত্রে হাতের আঘাতের চেয়ে

পায়ের আঘাত কিন্তু প্রায় ৩ গুন বেশি শক্তিশালী!!
এই ট্রেনিং এর মাধ্যমে
আপনার হাত পা ও শক্ত হবে
সেই সাথে প্রচন্ড জোরে মারার ক্ষমতাও অর্জন করবেন।

প্রথম প্রথম খুব জোরে মারতে যাবেন না।

বন্ধুরা এই ট্রেনংগুলি হয়ত কারো কারো কাছে

অপ্রয়োজনীয় বা সাধারন মনে হতে পারে।

কিন্তু এর প্রয়োজনীয়তা ময়দানে বুঝতে পারবেন ইনশাআল্লাহ।

তাই কোন ট্রেনং কেই ছোট মনে করবেননা।

যদি একমাত্র আল্লাহ-তায়ালার সন্তুষ্টির লক্ষ্যে জিহাদের উদ্দেশ্যে
এই ট্রেনিং করতে থাকেন, ইনশাআল্লাহ আপনি
এমন নেকি কামাই করতে থাকবেন যা অন্যদের নেকি থেকে ভিন্ন!
এবং নিজের প্রতি এমন আত্মবিশ্বাস ফিরে পাবেন যা
জিহাদের ময়দানের জন্য খুবই গুরুত্বপূর্ণ।

জিহাদের জন্য ট্রেনিং বা প্রস্তুতি (পর্ব ৬)

★★★ কোন বিরতি ছাড়াই ১০ ঘন্টা হাঁটুন!!!

কিভাবে শুরু করবেন?

বাংলাদেশে ফজরের ওয়াক্ত শুরু হয়
প্রায় ৩ঃ৪৫ মিনিটে।
আপনি ঘুম থেকে রাত ৩টার আগেই
উঠে পড়ুন,

এরপর বাথরুম সেরে নিয়ে অজু করে
কমপক্ষে ২ রাকাত তাহাজ্জুদ নামজ পড়ে
একটু কোরআন তিলায়াত করে নিন।
এরপর ফজরের ওয়াক্ত
শুরু হওয়ার সাথে সাথেই নামাজ পড়ে ফেলুন,
একাধিক হলে জামাতের সাথে।
এবার পিঠে ঝোলানোর জন্য
১টি নরমাল ব্যাগ নিন,
ব্যাগে থাকবে আপনার যাত্রাপথের জন্য

১/ পানির বোতল

২/ খেজুর বা বিস্কিট বা সুবিধা অনুযায়ী অন্য কিছু।

৩/ ১টি ছোট ছাতা

এবার ঘড়িতে সময় দেখে বেরিয়ে পড়ুন।

আপনি যদি ভোর ৪ টায় বের হতে পারেন
তবে আপনার ১০ ঘন্টা হাঁটার ট্রেনিং শেষ হবে
দুপুর ২টায়।

* পোষাক হবে সাদা ঢোলা পায়জামা, বা প্যান্ট
গায়ে সাদা পাঞ্জাবী, গেঞ্জি, বা শার্ট
আপনার জন্য যেটা সুবিধা হয়।
গরমে সাদা সুতি পোষাক আরামদায়ক।

* জুতা হতে হবে আরামদায়ক
কেডস বা স্পঞ্জ জুতা।

* অবশ্যই ১ টি ছাতা নিয়ে নিবেন যা
আপনার প্রয়োজন হতে পারে।
ব্যাগে রাখা যায় এমন ছোট ছাতা।

* আধা ঘন্টা বা ১ ঘন্টা পরপর
খুবই অল্প অল্প করে পানি পান করবেন,
বেশি পান করলে আপনি
টানা ১০ ঘন্টা চলাটা অসম্ভব হয়ে পড়বে
পেসাবের বেগ হওয়ার কারনে।

* হাঁটার গতি হবে নরমাল জোরে না।
এই ১০ ঘন্টায় প্রায় ৪০ কিঃমি
হাঁটুতে পারবেন আপনি।
প্রতি ১৫ মিনিটে ১ কিঃমিটার হিসাবে।

* ভোর ৪টা থেকে সকাল ৯ টা পর্যন্ত

প্রায় ২০ কিঃ মিটার
অতিক্রম করার পর
আবার আপনার বাসার দিকে ব্যাক করুন।
কারণ সাকাল ৯ টায় আপনি ব্যাক করলে
বাসায় আসতে আসতে আপনার
সময় লাগবে প্রায় ৫ ঘন্টা,
তার মানে আপনি
দুপুর ২টায় ফিরে আসবেন।
যে পথে যাবেন সে পথেই ফিরে আসবেন,
তাহলেই আপনার ১০ ঘন্টা
হাঁটার হিসেব ঠিক থাকবে।

* প্রতিক্রিয়াঃ
১/ বিরতিহীন ভাবে এই পথ
অতিক্রম করার কারনে
আপনার পায়ে ফোসকা পড়তে পারে,
তবে যদি ফোসকা না গলে থাকে
শুধু পানি বের করে দিবেন,
ভূলেও ফোসকার চামড়া উঠাবেন না।
চামড়া উঠিয়ে ফেললে
ক্ষত শুকাতে দেরি হবে।

২/ উভয় রানের উপরি ভাগে ক্রমাগত
ঘষা লাগার কারনে হালকা
ক্ষত হতে পারে।

৩/ আর সারা শরির ব্যথা
এটা অবশ্য প্রায় সবার
জন্যই কমন।

তবে মনে রাখবেন
খুব মারাত্মক কোন অসুবিধা না হলে
কোন প্রকার ঔষধ খাবেন না।
কারন এটাও আপনার ট্রেনিং এর অংশ।

সাধারণত কয়েকদিনের দিনের মধ্যে
এমনিতেই এসব সমস্যা ঠিক হয়ে যায়।

আপনি এই ট্রেনিংটা মাসে ১ বার,
তা না পারলে কমপক্ষে
৩ মাসে ১ বার করে করবেন।

নোট.....
১ বার যদি ১০ ঘন্টা
নাও পারেন হতাশ হবেন না,
যতটুকু সম্ভব করুন।
এবং বার বার চেষ্টা করুন,
নিজের উপর আত্মবিশ্বাস রাখুন,
অবশ্যই পারবেন ইনশাআল্লাহ।

জিহাদের জন্য ট্রেনিং বা প্রস্তুতি (পর্ব ৭)

★★★ ক্রলিং করা শিখুন

নিজেকে একজন যোগ্য মুজাহিদ হিসাবে প্রস্তুত করতে হলে
আপনাকে অবশ্যই ক্রলিং করা শিখতে হবে,
ক্রলিং শিখা না থাকলে আপনি জিহাদের ময়দানের
অনেক গুরুত্বপূর্ণ অভিযানের জন্য
অযোগ্য বলে বিবেচিত হবেন।
যদিও ক্রলিং শিখাটা একটু কষ্টের ব্যপার।

কিভাবে ক্রলিং শুরু করবেন?
প্রথমেই নিজেকে মানুষিক ভাবে প্রস্তুত করুন,
নিয়ত করুন এটি শিখছেন একমাত্র
আল্লাহ তায়ালার সন্তুষ্টি লাভের আশায়
"জিহাদের" জন্য।

ঢোলা পায়জামা পরুন,
সাথে গেঞ্জি বা পতুয়া।

এবার আপনি যেখানে ক্রলিং করবেন তা
৫০ মিটার = ১৬৪ ফুট পরিমাপ করতে হবে।
এটা আপনি করতে পারেন মাঠে,
বা শুকনো জমিতে।

৩৪ ইঞ্চি পরিমান ১ টা মোটা রড,
লোহার এঙ্গেল বা লাঠি নিন।
এটাই হচ্ছে আপনার Ak47 রাইফেল!
মনে মনে তাই ভাবুন,
ওটা ৫-৬ কেজি ওজনের হলে সবচেয়ে
ভাল হয়।
কারন জিহাদের ময়দানে সাধারণত এই
ওজনের ক্লাশিনকোভ রাইফেল আপনাকে ব্যবহার
করতে হতে পারে।

এখন আপনি উভয় হাতের কনুই এর উপর ভর দিয়ে
শুয়ে পড়ুন,
এবং রড, এঙ্গেল বা লাঠিটিকে আপনার
রাইফেল মনে করুন,
এটি দুইহাতে পাশাপাশি করে শক্ত করে ধরে
উভয় হাতের কনুই
ও উভয় পায়ের হাঁটুর গিট(গিরার)
উপর ভর দিয়ে দ্রুত গতিতে
আপনার টার্গেটকৃত ৫০ মিটার
অতিক্রম করুন ১ মিনিট ১০ সেকেন্ড
সময়ের মধ্যে।
প্রথম বার প্রয়োজনে খালি হাতে প্র*্যাকটিস করুন।

এই ট্রেনিং করার পর আপনার হাত ও পায়ের
কি চামড়া ছিড়ে গেছে?

রক্ত বের হয়ে পড়েছে??

তবে আনন্দিত হোন...
আল্লাহ তায়ার জন্য সামান্য এই কোরবানি
আপনি করতে পেরেছেন!

প্রথম বারের পরে, অবশ্য আস্তে আস্তে
পিঠের উপর ৫,১০,ও পর্যায়ক্রমে
১৫ কেজি পর্যন্ত ভারি কিছু নিয়ে
ক্রলিং করার অভ্যাস করবেন।

চেষ্টা করবেন অন্তত
সাপ্তাহে ১ বার এই ট্রেনিং করার জন্য।

জিহাদের জন্য ট্রেনিং বা প্রস্তুতি (পর্ব ৮)

**★★★হে মুজাহিদ ভাই তোমাকে অবশ্যই
Ak-47 অ্যাসল্ট রাইফেল সম্পর্কে জানা প্রয়োজন।**

Ak-47 বর্তমান বিশ্বের অন্যতম জনপ্রিয় আগ্নেয়াস্ত্র। এটি একটি গ্যাস পরিচালিত স্বয়ংক্রিয় অস্ত্র। এটি মুজাহিদদেরও অনেক প্রিয় একটি অস্ত্র।
এর ডিজাইনার রাশিয়ার (তৎকালীন সোভিয়েত ইউনিয়ন) মিখাইল কালাশনিকভ।
এ পর্যন্ত প্রায় ১০ কোটিরও অধিক এই অস্ত্র বিক্রি হয়েছে এবং বিশ্বের প্রায় ৫০ টিরও

বেশি দেশের সামরিক বাহিনীতে এটি ব্যাবহত্রত হচ্ছে। যা কিনা দুনিয়ার সবচেয়ে বেশী ব্যবহৃত এবং জনপ্রিয় রাইফেল।

Ak-47 এমন একটি রাইফেল যা সহজেই ব্যবহ্যার, ও রক্ষণাবেক্ষণ করা যায়।
সৈন্যদের মধ্যে এর ব্যাপক জনপ্রিয়তার মূল কারণ এটি পানিতে ভিজিয়ে রাখলে,বা মাটিতে পুতে রাখলে, ধুলা বালিতে অযত্নে রেখে দিলে বা এর উপর দিয়ে রাস্তা মেরামতের রোলার চালানোর পরও এটিকে আগের মতই ব্যবহার করা যায়,যা এর সমপর্যায়ের অন্যান্য অস্ত্রের ক্ষেত্রে অসম্ভব।

এবার আসুন আসল কাজের কথায়।
Ak-47 রাইফেলের কিছু তথ্য নতুন সকল মুজাহিদ ভাইদেরকে মুখস্থ করে ফেলতে হবে। যা আমাদের কে আল্লাহ তায়ালা ও আমাদের দুশমনদের বিরুদ্ধে জিহাদ করার সময় অবশ্যই প্রয়োজন হবে।

★Ak-47 এর ওজন ৩.৪৭ কেজি বা (সাড়ে ৩ কেজি প্রায়) ম্যাগাজিন ছাড়া।

★ম্যাগাজিন সহ ওজন প্রায় ৪ কেজি(৩ কেজি ৯০০ গ্রাম)

কোন কোন ক্ষেত্রে৪কেজি ৩০০ গ্রাম প্রায়

★ব্যারেল ৪১৫ মিমি বা (১৬.৩ ইঞ্চি)

★কার্টিজ বা বুলেট ৭.৬২*৩৯ মি.মি

★এর বুলেটের গতি প্রতি সেকেন্ডে মিটার ৭১৫ মিটার বা(২৩৫০ ফুট)

★ দুশমনকে নিকেশ করার জন্য কার্যকর দুরত্ব:৩০০মিটার বা(১১৫০ ফুট)

★এটা দিয়ে আপনি প্রতি মিনিটে প্রায় ৬০০ বার ফায়ার করতে পারবেন যা প্রতি সেকেন্ডে প্রায় ১০ বার।

★এর ৮ টি অংশ খোলা যায়।আবার মাত্র ৩০ সেকেন্ডেই আপনি একে জোড়া লাগিয়ে দিতে পারবেন।

★একে ৪৭ এর অন্যতম বৈশিষ্ট হল এর বুলেট এর মারাত্বক ভেদন ক্ষমতা ,এটি ৭.৬২*৩৯ মি.মি বুলেটকে ৭১৫ মিটার/সেকেন্ডে ছুড়ে যা ৮ ইঞ্চি কাঠ এবং ৫ ইন্চি কনংক্রিটকে ভেদ করতে পারে।

★একে ৪৭ এ কখনো ব্যাক ফায়ার হয় না।

★এটিকে দুনিয়ার যেকোন স্থানে ব্যবহার করা যায়। যেকোন প্রতিকূল আবহাওয়ায় বা স্থানে ব্যবহার করা যায়। তীব্র শীত,গরম,ভেজা আবহওয়াতেই এর কিছু হয় না।

জিহাদের জন্য ট্রেনিং বা প্রস্তুতি (পর্ব ৯)

★★★ একটানা কমপক্ষে ২৪ ঘন্টা উপোষ থাকা।

হ্যাঁ, বন্ধুরা
আপনাকে এবার কোন কিছু না খেয়ে
(এমন কি এক ফোটা পানিও না)

একটানা ২৪ ঘন্টা থাকার ট্রেনিং নিতে হবে।

★কিভাবে শুরু করবেন?
প্রথমেই আপনার নিয়তকে শুদ্ধ করে নিন।
যে আপনি এই কষ্টকর ট্রেনিং করবেন
একমাত্র মহান রবের সন্তুষ্টির জন্য।

আপনি যদি ভারি কোন কাজ
না করে থাকেন তবেতো কোন সমস্যাই নেই।
আর যদি ভারি কাজ করা লাগে তবে,
ছুটির দিনকে এই উপষের ট্রেনিং এর জন্য
কাজে লাগাতে পারেন।

মনে করুন আপনি দুপুরের থাওয়া
শেষ করলেন ঠিক ২ টায়।

এখন যেদিন দুপুর ২ টায়
আপনি থাওয়া শেষ করলেন
সেদিন থেকে এর পরদিন ২ দুপুর
২ টা পর্যন্ত আপনি আর কোন কিছুই
খেতে পারবেন না।
এমনকি একফোঁটা পানিও নয়!

তবে মনে রাখবেন এই অবস্থায় শুধু
শুয়ে বসে থাকলে হবে না।

বরং শুধু খাওয়া ছাড়া আর বাকি
সকল স্বাভাবিক কাজকর্ম,
ইবাদাত বন্দেগী ঠিকঠাক ভাবে
চালিয়ে যেতে হবে।
যখন দুপুর ২ টা পার হবে তখন আপনি
খাওয়া আরম্ভ করবেন।

সতর্কতা:-- প্রথমে অল্প অল্প করে
কয়েক ঢোগ পানি খাবেন,
তারপর অন্য খাবার।
একসাথে বেশি পানি বা প্রথমে পানি ছাড়া
অন্য কিছু খেতে যাবেন না।
এতে করে গলায় আটকে যেয়ে
মারাত্মক বিপদ হতে পারে।

জিহাদের জন্য ট্রেনিং বা প্রস্তুতি (পর্ব ১০)

★★★নির্ঘুম কাটিয়ে সারাদিন-সারারাত(২৪ ঘন্টা)

প্রিয় মুজাহিদ ভাইয়েরা,
আমাদের এবারের ট্রেনিং এর বিষয় হচ্ছে একাধারে কমপক্ষে
একদিন ও একরাত বা ২৪ ঘন্টা আপনাকে না ঘুমিয়া থাকতে হবে।
তবে পরবর্তীতে আস্তে আস্তে সময় আরো বাড়ানোর চেষ্টা করবেন।
৩০ঘন্টা, ৩৬ঘন্টা,৪৮ঘন্টা বা টানা ২ দিন।

যেভাবে শুরু করতে পারেনঃ
প্রথমেই নিয়তকে শুদ্ধ করে নিন।
একমাত্র আল্লাহ পাকের সন্তুষ্টির জন্যই জিহাদের নিয়তে আমার এই প্রস্তুতি।
আপনি যদি ছাত্র বা চাকরিজীবী হয়ে থাকেন
তবে বৃহস্পতিবার রাত থেকে আরম্ভ করতে পারেন।
অন্যরা যার যার সুযোগ মত সময় বের করে নিবেন।
বৃহস্পতিবার ফজরের সময় কখন ঘুম থেকে উঠলেন
তা দেখে নিন।
ধরুন আপনি ভোর ৫ টায় ঘুম থেকে উঠলেন।
এখন নামাজ পড়ে আপনার নির্ধারিত কাজে নেমে পড়ুন।
সারাদিনের আপনার সকল কাজকর্ম, ইবাদাত,খাওয়াদাওয়া
সব ঠিক থাকবে শুধু ঘুমানো যাবেনা।
রাতটা নফল নামাজ,কোরআন শরীফ তেলাওয়াত,
জিকির ইত্যাদি ইবাদাত বন্দেগির মধ্যে কাটাবেন যতটুকু পারেন।
সতর্ক থাকবেন বিছানায় একটু বিশ্রামের উদ্দেশ্যেও পিঠ লাগাবেন না।
কারণ দেখা যাবে আপনি না ঘুমিয়ে ১৭-১৮ ঘন্টা কাটিয়ে দিলেন
এখন চিন্তা করলেন ঘুমাব না শুধু একটু ৫-১০ মিনিট বিশ্রাম করেই উঠে যাব।
কিন্তু দেখা যাবে আপনার এই ৫-১০ মিনিটের বিশ্রাম গিয়ে ঠেকল ৫-১০ ঘন্টার ঘুমে।
মানে আপনার ১৭-১৮ ঘন্টার কষ্ট(ট্রেনিং) বৃথা গেল।
তাছাড়া
জিহাদের ময়দানে হয়ত কখনো কখনো এমন হতে পারে
একটানা ২৪ ঘন্টার মধ্যে আপনি ৫-১০ মিনিটের জন্য ও বিশ্রামের সুযোগ পাবেন না।
তাই আগে থেকেই আপনার শরীরকে এমন পরিস্থিতির জন্য প্রস্তুত রাখতে হবে।
এবার শুক্রবার রাতে ফজরের নামাজ আদায় করে ভোর ৫টার পরে ঘুমিয়ে পড়ুন।
৬-৭ ঘন্টার একটা ঘুম দিতে পারেন।
খেয়াল রাখতে হবে "জুম,আর" নামাজ যেন আবার ছুটে না যায়।

এজন্য কাউকে বলে রাখবেন যেন আজান হলেই আপনাকে জাগিয়ে দেয়।
এলার্মও দিয়ে রাখতে পারেন।
যেন কোন ভাবেই নামাজ ছুটে না যায়।
প্রিয় ভাইয়েরা একটা কথা আমাদেরকে মনে রাখতে হবে।
বাংলাদেশে ব্যাপকভাবে সশস্ত্র জিহাদ(গাজওয়ায়ে হিন্দ)
খুব শিগ্রই আরম্ভ হবে ইনশাআল্লাহ।
তখন যেন আমরা যুদ্ধরত
মুজাহিদদের জন্য বোঝা না হয়ে যাই।
তাই অবশ্যই,
আগে থেকেই নিজেকে জিহাদের জন্য তৈরি করে রাখতে হবে।
চেষ্টা করবেন এই ট্রেনিং সাপ্তাহে একবার, তা না পারলে
অন্ততপক্ষে মাসে একবার হলেও করার চেষ্টা করবেন।

সতর্কতাঃ যারা ড্রাইভার, ইলেক্ট্রিশিয়ান, বা
কোন ধরনের ঝুঁকিপূর্ণ কাজ করেন তারা ছুটির দিন ছাড়া
এই ট্রেনিং নিতে যাবেন না।
ভয়ানক বিপদ ঘটতে পারে।

জিহাদের জন্য ট্রেনিং বা প্রস্তুতি (পর্ব ১১)

★★★পেট্রোল বোমা তৈরী করুন খুব সহজেই

প্রিয় মুজাহিদ ভাইয়েরা,
আমাদের এবারের ট্রেনিং এর বিষয় হচ্ছে
জরুরী প্রয়োজনের সময় আপনি কিভাবে খুব সহজেই
পেট্রোল বোমা তৈরী করবেন?

পেট্রোল বোমা তৈরীর উপকরণঃ

১. পেট্রোল/বা অকটেন

২. কাঁচের বোতল

৩. হারিকেন, কেরোসিনের স্টোভ,

বা কেরোসিনের বাতিতে ব্যবহৃত রসি বা সালতে।

৪. ইলেকট্রিক কাজে ব্যবহৃত টেপ

৫. গ্যাস লাইট বা ম্যাচবাতি

যেভাবে বানাবেনঃ

কাঁচের বোতলটিতে যদি পানি থাকে বা ভিজা থাকে

তবে তা শুকিয়ে নিবেন।

এরপর বোতলটির ভিতর সালতে বা রসি ঢুকিয়ে দিয়ে,

ছোট বোতলের ক্ষেত্রে এক থেকে দেড় ইঞ্চি

এবং বড় বোতলের ক্ষেত্রে দুই থেকে তিন ইঞ্চি পরিমাণ জায়গা

খালি রেখে বাকি পুরো বোতলটি পেট্রোল/অকটেন দিয়ে ভরে ফেলুন।

সালতে বা রসিটি এই পরিমাণ লম্বা হবে যেন তা বোতলের তলা পর্যন্ত যায়।

আর বোতলের বাহিরেও ২ ইঞ্চি পরিমাণ রাখতে হবে।

বোতলের বাহিরে বেরিয়ে থাকা রসি বা সালতেকে

সামান্য পেট্রোল বা অকটেন দিয়ে ভিজিয়ে দিবেন

যেন আগুন লাগানোর পর ছুড়ে মারার সময় তা নিভে না যায়।

পেট্রোল বা অকটেন ঢুকানোর সময় খেয়াল রাখবেন

বোতলের বাহিরে যেন না পড়ে।

কারণ বোতলের বাহিরে পেট্রোল লেগে থাকলে

আপনি পেট্রোল বোমাটি ব্যাবহার করার সময়

গায়ে আগুন লেগে যেতে পারে।
তাই গ্রাম অঞ্চলে হারিকেন বা বাতিতে কেরোসিন ঢুকানোর সময়
প্লাস্টিক বা টিনের তৈরী যে বস্তুটি ব্যবহার করে থাকে,
এক্ষেত্রে তা ব্যাবহার করে বোতলে পেট্রোল
বা অকটেন ঢুকানো সবচেয়ে নিরাপদ।
এবার,
প্রথমে কাঁচের বোতলটির মুখটি যে কোন সুতি কাপড় দিয়ে,
এরপর ইলেক্ট্রিক কাজে ব্যবহৃত টেপ দিয়ে পেঁচিয়ে ভালভাবে বন্ধ করে দিন।
যেন ছুড়ে মারার সময় কোনভাবেই ভিতর থেকে পেট্রোল বেরিয়ে আসতে না পারে।
তৈরী হয়ে গেল খুবই কার্যকারী
পেট্রোল বোমা।
যদি বোমা বানানোর পর ২-৩ দিনের বেশি পার হয়ে যায় তবে ব্যাবহারের আগে বোতলের বাহিরে বেরিয়ে থাকা রসি বা সালতেকে সামান্য পেট্রোল বা অকটেন দিয়ে ভিজিয়ে দিবেন।
এবার পেট্রোল বোমার বাহিরে বেরিয়ে থাকা সালতে বা রসিতে আগুন ধরিয়ে দিয়ে আপনার টার্গেটকৃত ব্যাক্তি,গাড়ি বা স্থাপনায় ছুড়ে মারুন এরপর দেখুন কি হয়।

সতর্কতাঃ
★নিরাপদ কোন জায়গায় বার বার পেট্রোল বোমা ব্যাবহার করে অভিজ্ঞতা লাভ করুন।
প্রথম বারেই এটি ময়দানে ব্যাবহার করতে যাবেন না।
★জিহাদ ফি সাবিলিল্লাহ ছাড়া অন্যকোন হারাম কাজে পেট্রোল বোমা ব্যাবহার করে নিজেকে জাহান্নামের দিকে ধাবিত করবেন না।

জিহাদের জন্য ট্রেনিং বা প্রস্তুতি (পর্ব ১২)সাঁতার শিখুন

আবু আবদুল্লাহ
সাঁতার কাটার ট্রেনিং
যেহেতু আমাদের দেশ হচ্ছে নদীমাতৃক
দেশের সব জায়গায়াতে খালবিল নদী পুকুর এসব ছড়িয়ে আছে।
তাই আমাদের দুশমনদেরকে আঘাত করার জন্য এবং গেরিলা পদ্ধতিতে আক্রমন করে পালিয়ে যাওয়ার জন্য
গাজওয়ায়ে হিন্দের প্রত্যেক মুজাহিদ ভাইকে অবশ্যই সাঁতার কাটা শিখতে হবে।
এ ব্যাপারে কোন ছাড় নয়!
যারা সাঁতার কাটতে পারেন না তারা অতি শিগ্রই সাঁতার কাটা শিখে ফেলুন তা যে ভাবেই হোক না কেন।
আপনি যদি শহরে থাকেন তবে সুইমিংপুল এ গিয়ে সাঁতার শিখে নিতে পারেন।
আর গ্রামে থাকলে তো সাঁতার কাটা শিখা আরও সহজ।
তবে কেও নিজে নিজে সাঁতার কাটা শিখতে চাইলে বাস/ট্রাক বা বড় যে কোন গাড়ির পুরাতন টিউব কিনে নিজে নিজে আস্তে আস্তে প্রাকটিস করতে থাকুন।
এক্ষেত্রে সাঁতার জানে এমন কাউকে

সাথে রাখলে ভাল।
চেষ্টা করলে কয়েক দিনের মধ্যেই সাঁতার
কাটা শিখে ফেলতে পারবেন।
তবে সাঁতারে দক্ষ হতে হলে কিছু সময়
প্রয়োজন হিবে,
যত বেশি
প্রাকটিস করবেন ততই দক্ষ হয়ে
উঠতে পারবেন।

আর যারা সাঁতার কাটতে পারেন আগে
থেকেই,
তারাও হাত-পা গুটিয়ে বসে না
থেকে যখনি সময় পাবেন ঘন্টার পর
ঘন্টা পানিতে কাটিয়ে দিন।
সাঁতার কাটার পাশাপাশি পানিতে ডুব
দিয়ে যতবেশি সম্ভব দূরত্ব পার হওয়া
এবং ডুব দিয়ে পড়ে থাকার প্রাকটিস ও
করবেন।
ইনশাআল্লাহ এসব ট্রেনিং জিহাদের সময় খুব কাজে লাগবে।

জিহাদের জন্য ট্রেনিং বা প্রস্তুতি (পর্ব ১৩) উপর থেকে লাফ দেওয়া...

(১) উপর থেকে লাফ দেওয়া...
পায়ে কেডস বা বুটজুতো পরে নিবেন।
এরপর ৩ ফুট উঁচু কোন স্থান থেকে নিচের দিকে লাফিয়ে পড়ুন।
নিচে পড়ার সময় উভয় পা যেন একই সাথে মাটিতে পড়ে তা খেয়াল রাখতে হবে।

আর যেখানে লাফিয়ে পরবেন তা যেন সমান থাকে উঁচু নিচু যেন না হয়।
কেননা জায়গা সমতল না হলে এক পায়ে বেশি চাপ পড়ার কারনে
পা ভেঙে যেতে পারে বা মচকে যেতে পারে।
এরপর আস্তে আস্তে আরো বেশি উচ্চতা
থেকে লাফিয়ে পড়ুন।
তবে উচ্চতা বাড়াতে হবে খুব অল্প অল্প করে।
প্রয়োজনে প্রতিদিন মাত্র ১ ইঞ্চি করে উচ্চতা বাড়াবেন।

এভাবে প্রাকটিস করতে থাকলে
অল্প কিছুদিনের মধ্যেই আপনি ৬-৭ ফুট
উঁচু কোন দেয়াল,স্থাপনা,গাড়ি ইত্যাদি স্থান থেকে এবং এক সময় ১ তলা বিল্ডিং
থেকেও খুব সহজেই লাফিয়ে পড়ার যোগ্যতা অর্জন করতে পারবেন।

তবে প্রাথমিক ভাবে ৬-৭ ফুট উপর থেকেই লাফিয়ে পড়ার প্রাকটিস করুন
প্রচুর পরিমাণে।
১ তলা থেকে লাফ দিবেন না, কারণ ১ তলা তথা ১২-১৫ ফুট উঁচু থেকে
লাফ দেয়ার জন্য কিছু টেকনিক জানা থাকতে
হবে যা লিখে বুঝানো যাবেনা।
তবে প্রচুর প্রাকটিস করলে আপনি ও
আস্তে আস্তে কৌশলগুলি রপ্ত করে ১ তলা থেকেও
অনায়াসে লাফ দিতে পারবেন।

(২) পানিতে লাফিয়ে পড়া...
যে কোন উঁচু স্থান থেকে পানিতে ঝাঁপ দেয়ার আগে
আপনাকে পুরাপুরি নিশ্চিত হতে হবে যে আপনি যেখানে ঝাঁপিয়ে
পড়তে চাইছেন সেখানকার পানি গভীর
কিনা এবং পানির মধ্যে কোন বস্তু যেন না থাকে। না হয়
মারাত্মকভাবে আঘাতপ্রাপ্ত হতে পারেন।

প্রথমে ১০ ফুট উপর থেকে এরপর পর্যায়ক্রমে উচ্চতা বাড়াতে বাড়াতে
৪০-৫০ ফুট উপর থেকেও ঝাঁপ দিতে পারবেন।
এক্ষেত্রে মনে রাখতে হবে উচ্চতা যত বেশি হবে পানির গভীরতাও
তত বেশি হতে হবে।

খুব ভালভাবে খেয়াল রাখবেন পানিতে ঝাঁপ দিয়ে পড়ার সময়
উভয় পা সমান্তরাল ভাবে নিচের দিকে রাখবেন
অথবা পা গুটিয়ে নিয়ে পড়বেন সোজাসুজি ভাবে।
মাথা নিচের দিকে দিয়ে, চিৎ বা কাত হয়ে
কখনোই উঁচুস্থান থেকে ঝাঁপ দিবেন না।

আরেকটি কথা হচ্ছে পানিতে পড়ার সময়
নিশ্বাস নিতে নিতে এবং পড়ার ঠিক আগমুহূর্তে নিশ্বাস
বন্ধ করে বা ফেলতে ফেলতে পানিতে পড়বেন।
এতে করে গভীর পানি থেকে উপরের দিকে উঠতে সময় একটু বেশি লাগলেও
কোন অসুবিধা হবেনা।